

# 3

## La relación con los demás

### Conocemos a los demás

La familia es el ámbito en el que experimentamos nuestros primeros contactos con los demás, por lo que nos prepara para mantener unas relaciones maduras cuando seamos adultos.

La amistad supone un cambio con respecto a la familia. A las amistades se las elige libremente y su experiencia nos ofrece nuevas perspectivas sobre la realidad y sobre la vida.

También el amor y la sexualidad marcarán nuestras relaciones personales toda nuestra vida, pues son fuerzas naturales muy poderosas.

En el instituto se desarrolla una etapa fundamental en la maduración de las relaciones de adolescencia con los demás, que no siempre son positivas. Podemos sufrir un caso de *bullying*, que es un comportamiento continuado y grave de acoso intencionado de un agresor que maltrata a su víctima. Se da tanto entre chicos como entre chicas.

La conducta asertiva consiste en mostrarnos como somos y en expresar de forma clara y tranquila lo que pensamos y lo que sentimos, sobre todo en situaciones conflictivas.

### En esta unidad vas a estudiar

- 1 La forma correcta de comportarse en la familia.
- 2 La naturaleza de las relaciones con los amigos y las amigas.
- 3 Las normas de convivencia en el instituto.
- 4 La forma de actuar en los casos de conflicto.



## Reflexionamos

### Gordon maltrata a John

—¿No es ese el chico cuyo tío trabaja en la CNN? ¿Ese que tiene pinta de matón y acné por toda la cara? [...]

—Tiene que haber una manera más fácil e ingeniosa de ocuparse de él.

—¿Por ejemplo?

—Tal vez la psicología. ¿Te has llegado a preguntar por qué te está acosando?

—Porque es un cretino con la cara plagada de granos.

—No me refiero a eso. A ver, ¿qué es lo que no le gusta de ti?

John se encogió de hombros.

—No creo que necesite ninguna razón. Es un matón. A eso se dedica.

—¿Cuándo empezó a maltratarte?

—A principios del semestre.

Philippa se quedó pensativa unos instantes.

—A lo mejor no te deja en paz porque tú no eres un cretino plagado de granos —Philippa asintió con un gesto, satisfecha con su idea—. Esa tiene que ser la razón. Estoy convencida.

—Me parece que no te entiendo —admitió John.

—¿Recuerdas que tú mismo tenías un montón de acné? Luego, cuando te quitaron las muelas del juicio y adquiriste los poderes extraordinarios, te desapareció de repente.

—¿Cómo se me iba a olvidar? Fue uno de los mejores días de mi vida. [...]

—¿Se te ha ocurrido que Gordon pueda maltratarte porque te tiene envidia, porque él aún tiene granos y tú no?

Kerr, P. B., *La djinn azul de Babilonia*, «El djinnverso y el círculo vicioso», Alfaguara.



### Dialogamos



- 1 ¿Consideras que el aspecto físico influye en nuestras relaciones con los demás, como dice Philippa sobre Gordon? Razona tu respuesta.
- 2 Philippa propone usar la psicología para ocuparse de Gordon. Según tu parecer, ¿cómo se debería afrontar el problema?

# 1

## La convivencia en la familia

### 1.1 Una experiencia determinante

La familia es una asociación básica que nos proporciona las primeras experiencias de relación con las demás personas. Siempre somos hijos o hijas de alguien, primos o primas de alguien, sobrinos o sobrinas de alguien y nietos o nietas de alguien sin haberlo elegido.

La familia en España ha cambiado mucho en los últimos tiempos y en muchos aspectos. Cada vez hay menos hogares en los que convivan tres generaciones de una misma familia. También hay familias con hijos o hijas de relaciones anteriores, familias monoparentales...

Pese a esa gran diversidad, hay aspectos que son comunes a todas las familias. Uno de ellos es que en la familia se crean unos lazos afectivos muy fuertes que, pese a los desencuentros y a las desavenencias, nos van a servir de referencia, de apoyo y de ayuda a lo largo de toda nuestra vida.

### 1.2 Aprendiendo a relacionarse

En la familia convivimos personas que somos diferentes por edad, pero también por personalidad, por carácter y por forma de ser.

Cada miembro de la familia tiene su función dependiendo de sus circunstancias. Por ejemplo, padres y madres nos proporcionan lo necesario para nuestro desarrollo como personas. Siempre en la medida de sus posibilidades económicas, nos alimentan, nos pagan los gastos de nuestros estudios y de ocio, e incluso nos dan algún capricho. Pero también nos amonestan, corrigen nuestras conductas inadecuadas o nos castigan porque quieren hacernos personas honestas y de provecho.

En estos casos, nos sentimos mal y nos enfadamos. Son nuestras primeras experiencias de relaciones conflictivas. Lo bueno que tienen es que, pese a todo el dolor, la rabia y el malestar que nos producen, sabemos que lo hacen porque se interesan por nuestra felicidad y que, aunque nos corrijan, no nos dejan de querer.

Aunque te cueste creerlo, estas experiencias desagradables te están preparando para saber manejar en tu vida futuras experiencias de conflicto. El clima de afecto y de cariño en que transcurren te permite reconocer tus errores o exponer tus desacuerdos sin ningún temor.

### 1.3 Responder con gratitud

Pero ¿cuál es tu función como hijo o hija dentro de la familia? Si dentro de la familia estás recibiendo su apoyo y atención, lo lógico es que tú correspondas con tu agradecimiento. «De bien nacido es ser agradecido», dice el refrán. Pero esto no siempre es así.

Algunas veces ocurren, y quizá últimamente de forma más habitual, casos de hijos o de hijas que acosan y maltratan a sus progenitores, especialmente a las madres. O, sin ir tan lejos, quizá has oído hablar de niños y niñas que siempre tienen insatisfacción con lo que reciben de su familia a quienes siempre exigen más sin agradecerles nada nunca.




Las relaciones de las personas en la familia son determinantes, pues en ella mantenemos nuestras primeras experiencias con los demás.

Estas situaciones están relacionadas, a menudo, con el problema dramático de la violencia «filio-parental». Si esas formas de relacionarse no se corrigen a tiempo desde la infancia, se corre el riesgo de convertirse en personas caprichosas o tiránicas, incapaces de mantener una relación madura con el resto de personas en la edad adulta.

Pero la gratitud no solo hay que demostrarla con palabras; también hay que ejercerla con obras, mostrando tu respeto y tu cariño a quienes conviven contigo, tu familia, colaborando en las tareas domésticas, no dejando o exigiendo que te hagan todo, sino compartiendo las responsabilidades en la medida de tus posibilidades, aportando soluciones a los problemas y a las dificultades que surjan en la familia.

### Comprende, piensa, investiga...

- 1 ¿Cuál crees que es la característica fundamental de las relaciones familiares? Pon ejemplos que confirmen tu afirmación.
- 2 Compara tu familia con lo que sería una «familia ideal» y destacar las coincidencias.
- 3  Haz una lista de tareas del hogar y señala aquellas en las que tú colaboras. En clase, comparad vuestras listas y sacad entre todos algunas conclusiones.

La gratitud en el ámbito familiar se demuestra con el cariño y el respeto con quienes convivimos y colaborando en las tareas domésticas que nos corresponden.



# 2 Las relaciones de amistad

## 2.1 La experiencia de grupo

Un poco más allá del ámbito de la familia nos encontramos con el grupo de amigos y amigas. Aquí nuestras relaciones adquieren otro nivel.

En primer lugar, y a diferencia de la familia, a mis amigos y amigas, los elijo yo. Ya sea por cercanía, por afinidad de intereses y de actividades, por simpatía o porque nos caen bien.

En segundo lugar, en el grupo de amigos y amigas suele haber una gran variedad de opiniones, de caracteres, de intereses y de experiencias. Además, no todas las amistades son iguales: con ciertas amistades tenemos más relación que con otras. Incluso hay con quienes no estamos de acuerdo casi nunca, pero como son miembros del grupo quedamos frecuentemente. De nuevo, tenemos la ocasión de respetar al que es diferente o piensa de manera diferente.

Con las amistades, durante la adolescencia, se nos abre un abanico muy amplio de nuevos intereses y preocupaciones, unas buenas (la música, las lecturas, las asociaciones juveniles, las diversiones...) y otras malas (el alcohol, el gamberrismo, la violencia...) que nos ponen en la disyuntiva de saber elegir correctamente.

En tercer lugar, en el grupo de amigos y amigas tenemos la oportunidad de ir conociéndonos a nosotros mismos un poco más, a la vez que conocemos a los demás. En algunas cosas coincidiremos, mientras que en otras discreparemos. Aunque seamos amigos y amigas, somos diferentes.

A esta edad nos empezamos a preguntar por los estudios que queremos realizar, por actividades que desconocíamos o por cuál va a ser nuestra función en la vida.

Las primeras relaciones fuera del ámbito familiar las mantenemos con nuestros amigos y amigas, que son bastante diferentes a nosotros.



## 2.2 Las relaciones afectivas

Durante la adolescencia es muy habitual que surjan relaciones especiales con algún amigo o con alguna amiga. Entonces, se despiertan en nosotros el sentimiento amoroso y la atracción sexual.

El amor y la sexualidad son fuerzas naturales muy poderosas que influirán en muchas de nuestras relaciones personales. Constituyen, además, un tema muy complejo, porque afectan a muchos ámbitos de la vida.

Debido a su poder, el amor y la sexualidad pueden llevarnos, en algunos casos, a perder el control sobre nuestros actos y crearnos serios problemas en nuestras relaciones: celos, rivalidades, odio, competitividad, etc.

Cuando entramos en el campo de los sentimientos, nos movemos en un terreno muy resbaladizo e inestable. Los sentimientos, en muchos casos, nublan nuestra razón y no nos dejan pensar con claridad. Por eso, muchos filósofos han insistido en someter nuestras pasiones bajo el dominio de la razón. Algunos, incluso, han despreciado los sentimientos.

Sin duda, son una fuente muy habitual de conflicto, tanto entre los propios interesados como con posibles rivales y, por ello, debemos tenerlos bajo control, pero eso no significa anularlos ni prohibirlos. Tanto el amor como la sexualidad son aspectos esenciales de la personalidad.

En este ámbito de las relaciones humanas, aún persisten comportamientos inaceptables, incluso entre la juventud, como, por ejemplo, el machismo. Parece ser que es una opinión bastante extendida en la adolescencia que los chicos tienen derecho a vigilar todo lo que hacen las chicas, incluso a tenerlas controladas mediante el móvil.



Todo comportamiento que implica la sumisión de las mujeres a los hombres es condenable. Todos somos iguales y en las relaciones sentimentales no puede haber ninguna diferencia: si no respetamos a los demás, estamos abusando de ellos, de la posición de ventaja que nos otorgan los sentimientos de otra persona hacia nosotros.

El criterio fundamental que se ha de tener en cuenta también en este campo es que no debes hacer nada que te perjudique o que pueda hacer daño a los demás.



En las relaciones afectivas también son inaceptables las actitudes machistas, pues todos somos iguales, y nos deben respetar y nosotros debemos respetar a los demás.

### Comprende, piensa, investiga...

- 1 Señala las características más importantes de las relaciones que se entablan en el grupo de amigos y de amigas.
- 2  **Distinguir.** ¿Sabes distinguir a las buenas de las malas amistades? Expón en qué te fijas para diferenciarlas. En clase, comparad vuestras opiniones.
- 3  **Debatid** en clase sobre los conflictos que pueden surgir entre los amigos y las amigas. Después, en particular, hablad de la pervivencia de conductas machistas en las relaciones afectivas en la adolescencia.

# 3

## La conducta en el centro escolar

### 3.1 Pensando en el futuro

En las sociedades primitivas, los hombres y las mujeres jóvenes, en cuanto se desarrollaban físicamente y estaban capacitados para tener hijos, celebraban unos ritos de iniciación a la vida adulta en los que les enseñaban sus obligaciones en la defensa, en la reproducción y en el abastecimiento de la tribu. En poco tiempo eran considerados adultos.

En España, hasta hace solo cincuenta años, pocas personas podían acceder a la Educación Secundaria. La mayoría comenzaba a trabajar a tu edad como aprendices, con horarios de adultos y un salario bajo.

Aún hoy, en muchos países, la educación, en general, y el acceso a la Educación Secundaria, en particular, son un privilegio al alcance de una minoría. Así que tú puedes considerarte afortunado. Tienes una gran oportunidad y debes aprovecharla.

La Educación Secundaria no solo es una etapa académica muy importante para la realización de tus proyectos futuros, sino que, además, va a suponer una fase fundamental en la maduración de tus relaciones con los demás. Para muchos alumnos y alumnas como tú, el instituto o el colegio han significado el encuentro con otros chicos y chicas que han sido sus mejores amigos y amigas durante toda su vida.

Y también están los profesores y las profesoras. En Primaria tenías a un docente-tutor con el que pasabas la mayor parte del tiempo escolar. En Secundaria tienes muchos profesores y profesoras distintos, no solo por la materia que enseñan, sino también por su forma de ser y de enseñar, más o menos asequible, más o menos exigente.

Los docentes son personas con sus problemas y con sus preocupaciones, con sus altibajos, con su buen y su mal humor..., y tú tienes que aprender también a convivir con ellos y a respetarlos. Están ahí para enseñaros, y vosotros sois los primeros interesados en facilitar su trabajo.

En esta etapa educativa, el instituto o el colegio son como un microcosmos, una reproducción a escala de la sociedad en la que se va a desenvolver tu vida adulta. Aprender a relacionarte con todo tipo de personas será una de las asignaturas en la que no vas a tener una nota final en tu expediente, pero que, sin duda, te resultará muy útil en la vida.

### 3.2 Aprender a convivir

Desde tu nacimiento, estás sometido sin saberlo a una serie de leyes por el mero hecho de haber nacido en un país determinado. Por ejemplo, una de las primeras cosas que hicieron tus progenitores cuando naciste fue inscribirte en el Registro Civil. Si no lo hubieran hecho, no habrías sido reconocido legalmente como ciudadano o ciudadana.

En la infancia, todas estas cosas «legales» ni nos preocupan ni nos interesan. Es normal, pero socialmente son importantes.





En nuestro país, tenemos derecho a la educación, y hemos de aprovechar esa oportunidad para la realización de nuestros proyectos futuros.

Ahora, en tu nueva etapa en Educación Secundaria, estás en disposición de empezar a aprender la importancia de las leyes. En un colectivo tan diverso como un instituto o un colegio de Secundaria, con estudiantes de distinta procedencia, cultura y clase social, con diferentes ideologías y creencias, es necesaria una ley de centro para poder trabajar y convivir.

Algunas leyes que ya te afectan son el Reglamento de Régimen Interno o el Plan de Convivencia de tu centro. Son las normas que regulan la vida diaria del centro escolar: las funciones de cada miembro en el centro; los derechos y los deberes de los docentes, del alumnado y de los padres y de las madres; la calificación de las infracciones y las medidas correctoras, y las normas de convivencia.

Esta reglamentación también te da la oportunidad de participar en la vida de tu centro de una forma activa, como miembro del consejo escolar, como delegado o como mediador de convivencia. Son experiencias que no solo te servirán para mejorar tus relaciones con los demás, sino que ampliarán tu capacidad de comprensión y tu trato razonable con los demás.

### Comprende, piensa, investiga...

- 1  ¿Qué cualidades de amistad le pedirías a tus compañeros y compañeras? Debatid en clase sobre esas cualidades.
- 2 ¿Qué valores más en tu relación con el profesorado? Poned vuestras respuestas en común en clase y sacad conclusiones.
- 3  En grupos, distribuid los capítulos del Reglamento de Régimen Interno de vuestro centro escolar y comentadlo. Resumid vuestras conclusiones para comunicárselas a toda la clase.

En el centro escolar y en el aula existen unas normas que deben ser respetadas para lograr una buena convivencia.





# 4

## Conflictos en nuestras relaciones

### 4.1 Comportamientos conflictivos

En nuestras relaciones con los demás, siempre es posible tener experiencias negativas, como desengaños, traiciones o distanciamiento, e incluso agresivas, como discusiones y peleas.

Estos conflictos a veces se resuelven y a veces no, pero, normalmente, no se prolongan durante mucho tiempo, son pasajeros.

Sin embargo, el *bullying* es un comportamiento grave de acoso intencionado de un agresor que maltrata a su víctima, quien, a su vez, se siente dominada e impotente. El *bullying* es un comportamiento continuado en el tiempo y se produce tanto entre chicos como entre chicas.

El agresor disfruta y alardea ante los demás compañeros y compañeras, que actúan como cómplices pasivos del sufrimiento que ocasiona a la víctima, la cual está siempre en desventaja.

El hostigamiento a la víctima puede ser de forma física o a través de las redes sociales. Se la amenaza, se le exige dinero o se la insulta, sufre agresiones físicas y se propagan falsos rumores denigrantes.

En esta situación, la víctima se siente indefensa y acorralada emocional y socialmente ante sus compañeros y compañeras. No se atreve a pedir ayuda por miedo a que la descubran y se recrudezcan las amenazas y su desprestigio social.

En las situaciones de acoso escolar la víctima se siente indefensa y acorralada ante sus compañeros y compañeras.



## 4.2 ¿Qué podemos hacer en caso de conflicto?

### Formas de responder a las conductas agresivas

En la mayoría de los casos de acoso escolar en los que se puede hallar alguno de tus compañeros o compañeras, los primeros que se enteran son los demás alumnos y alumnas. Los adultos que están alrededor, sean los docentes o los padres y las madres, normalmente conocen el caso bastante tiempo después de que se hayan iniciado.

Teniendo esto en cuenta, es muy importante que aviséis sin pérdida de tiempo a los padres y a las madres, a los tutores o a los adultos responsables para que tomen las medidas oportunas en cada caso.

El acoso escolar no es una broma o una novatada ni tú eres un chivato por denunciar el problema. En situaciones extremas, incluso puede estar en peligro la vida de la víctima.

Ahora bien, en la mayoría de los casos, los conflictos con las personas con las que convivimos se pueden encauzar con una conducta adecuada.

La agresividad es un factor esencial de la naturaleza humana. Frente a una agresión real o solamente sentida como tal, la reacción espontánea es responder también de forma agresiva. Esta actitud es perjudicial tanto para quien ha sido agredido como para quien ha agredido. Y ello crea tensión e inseguridad.

Tampoco es una buena solución la pasividad ante las agresiones o abusos ajenos, porque puede transmitir una imagen de debilidad que puede incrementar las agresiones.

### La conducta asertiva

La conducta más beneficiosa en las relaciones con los demás en cualquier caso, y sobre todo ante los que expresan ideas o puntos de vista diferentes a los nuestros o en situaciones problemáticas y conflictivas, es la llamada «conducta asertiva».

Imagínate, por ejemplo, un caso de acoso escolar:

- Hablamos entre los compañeros y compañeras, lo lamentamos o nos reímos a escondidas de la víctima. Esa sería una respuesta pasiva.
- La víctima responde de manera violenta y, a su vez, difunde bulos o incluso golpea a su agresor. Esa sería una actitud agresiva.
- Actuar de forma asertiva es ofrecer apoyo a la víctima y reprochar el comportamiento violento del agresor, sin miedo y de forma inmediata, para que su actitud violenta sea cortada antes de que se convierta en un caso de *bullying*.

La mejor forma de resolver los conflictos siempre es negociando para llegar al mejor acuerdo posible.


La conducta asertiva no va a acabar con todos los problemas ni a cambiar a las personas con las que tenemos algún enfrentamiento, pero todos tenemos derecho a mostrarnos como somos y a expresar de forma clara y tranquila lo que pensamos y lo que sentimos.

Comportarse de esta manera aumentará la confianza personal ante las dificultades en las relaciones con los demás y contribuirá a que nos tomen en serio cuando actuamos así.



La mejor forma de evitar conflictos es desarrollar una conducta asertiva, mediante la que expresamos clara y tranquilamente lo que pensamos y sentimos.

### Comprende, piensa, investiga...

-  **Diferenciar.** ¿Qué diferencias existen entre un conflicto y un comportamiento agresivo? Pon ejemplos de ambos.
- ¿Qué características definen al *bullying*? ¿Se pueden dar casos similares de acoso a los adultos en las empresas?
- Señala las características de una conducta asertiva.

## Taller de valores

### Aplica tus competencias

En ocasiones, las relaciones entre las personas no son fáciles. Se producen conflictos que se deben procurar resolver de forma asertiva.

En concreto, en el ámbito escolar, los casos de *bullying* son muy preocupantes, pues pueden tener consecuencias muy negativas para la víctima.



### Castigo por ciberacoso

En Estados Unidos, Cara Schneider, una madre de Carolina del Norte, obligó a su hija Hailey a confesar públicamente que había cometido acoso.

Para conseguirlo, el 5 de enero de 2014 publicó en una red social una foto en la que Hailey llevaba colgada del cuello una nota que decía: «Soy una chica inteligente, pero he tomado decisiones equivocadas en las redes sociales». En esa misma red social, la niña expresaba su arrepentimiento y reconocía que el acoso escolar es malo.

En un intento de asumir su error y para tratar de enmendarse, la joven vendió su teléfono móvil y entregó el dinero a Beat Bullying, una organización sin ánimo de lucro que se dedica a combatir el acoso escolar.

Curiosamente, la actitud de la madre recibió críticas que la acusaban de ser ella quien estaba acosando a su propia hija.

En su respuesta pública, Cara insistió en que antes de publicar la foto de su hija había intentado otras muchas medidas, como castigarla sin salir de casa u obligarla a llevar siempre un manual de buena conducta.

Convencida de que su hija tiene que actuar apropiadamente, la madre aseguró: «Era la última vía que me quedaba para que mi hija entendiera lo que había hecho».

### Comprende la situación y exprésate

- 1 Juzga la decisión de la madre de Hailey desde la perspectiva de cada una de las partes implicadas: la madre, la hija, la víctima o las víctimas del acoso y los críticos con la decisión de la madre.
- 2 ¿Qué cambiaría en el caso de que la madre no se hubiera enterado del ciberacoso de su hija?
- 3 ¿Por qué crees que Hailey no cambió de actitud ante los reiterados intentos de su madre?
- 4 Ponte en el papel de la madre de Hailey, ¿qué hubieras hecho tú?

### Buscad información

- 5 Investigad las consecuencias legales que tiene el ciberacoso si se realiza en España.

### Reflexiona sobre el conflicto y debatid en clase

- 6 Analizad en clase el caso de Hailey y su madre, y diseñad en grupo una estrategia de actuación, moralmente aceptable, en el supuesto de que un caso semejante ocurriera en vuestro centro educativo.

## Los valores en la historia. Malala Yousafzai

Malala Yousafzai es una estudiante, activista y bloguera paquistaní. Se dio a conocer a los 12 años con un blog que publicaba con pseudónimo en la BBC y alcanzó notoriedad mundial debido a su lucha a favor de los derechos civiles y, en particular, por defender el derecho de las niñas paquistaníes a ir a la escuela.

En su región, los talibanes prohibieron la asistencia a la escuela a las niñas entre los años 2003 y 2009.

Junto a dos compañeras, sufrió un atentado terrorista talibán en octubre de 2012, con solo 15 años. «Volver al colegio me hace muy feliz. Mi sueño es que todos los niños en el mundo puedan ir a la escuela, porque es su derecho básico», dijo Malala al salir del hospital de Birmingham, donde fue tratada de sus graves lesiones.

Ganó el Premio Nobel de la Paz en 2014. Es la persona más joven en recibirlo en cualquier categoría.



## Elaboramos un reportaje

La redacción de la revista de vuestro centro educativo os ha encargado que realicéis un reportaje sobre las relaciones personales en el centro para publicarlo en su próximo número.

Tenéis que recabar información sobre este tema de los miembros de la dirección, de los profesores y de las profesoras, las opiniones de vuestros compañeros y compañeras, señalar los casos particulares, aportar fotos y otros documentos gráficos...

Con la información recopilada, decidiréis qué vais a publicar y redactaréis el reportaje.

### Consejos

- Trabajando en grupos, organizad las distintas tareas.
- Para ello, tenéis que repartiros las diferentes funciones: realizar entrevistas a los compañeros y a las compañeras, recoger información de los miembros de la dirección y del profesorado, redactar el reportaje, diseñar la presentación de los contenidos en un documento digital, recoger la información gráfica (fotos, dibujos, gráficos sencillos)...
- En grupo, tenéis que seleccionar la información y decidir qué se debe o qué no se debe publicar en el reportaje, teniendo en cuenta que puede ser leído por mucha gente que no conoce el centro. No vale decir: «Quitad eso, a mí eso no me gusta», sin explicar el porqué.
- Preparad una presentación y elaborad un *dossier* en los que se expongan las conclusiones del reportaje y se aporten los documentos recabados más importantes.
- Investigad en qué consiste el trabajo del Alumnado Mediador de Convivencia.

